

НОВАЯ ТРАДИЦИЯ: «КАМСКАЯ ОСЕНЬ» В ПЕРМИ!

29 СЕНТЯБРЯ ПЕРМЬ СТАЛА ТОЧКОЙ ПРИТЯЖЕНИЯ КОМАНД ИЗ РАЗНЫХ ГЕОГРАФИЙ СИБУРА, КОТОРЫЕ БОРОЛИСЬ ЗА ПЕРВОЕ МЕСТО В СЛЕДУЮЩИХ ВИДАХ СПОРТА: ХОККЕЙ, БАСКЕТБОЛ, ШАХМАТЫ И ПЛАВАНИЕ.

Более 500 спортсменов из 21 предприятия СИБУРа собрались на берегах Камы. Соревнования проходили одновременно на четырёх разных площадках: СК «Олимпия», СК «Ледовый», СК им. В. П. Сухарева, СШ «Олимпиец».

Наше предприятие принимало участие в состязаниях всех видов спорта. Открывали осенние корпоративные соревнования член правления, управляющий директор СИБУРа **Сергей Лукичев**, министр физической культуры и спорта Пермского края **Татьяна Чеснокова**, генеральный директор «Сибур-Химпром» **Максим Ленков**, четырёхкратный олимпийский чемпион, шестикратный чемпион мира, 21-кратный чемпион Европы по плаванию **Александр Попов**, а также главный судья **Ирина Артамонова**.

В день открытия спартакиады, пока спортсмены состязались в отборочных играх перед финалом, проходил семейный спортивный праздник – «Папа, мама, я – спортивная семья». 40 семей сотрудников пермских предприятий СИБУРа приняли участие в мероприятии.

БОЛЕЕ 500 СПОРТСМЕНОВ
ИЗ 21 ПРЕДПРИЯТИЯ СИБУРА СОБРАЛИСЬ НА БЕРЕГАХ КАМЫ



СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

НОВАЯ ТРАДИЦИЯ: «КАМСКАЯ ОСЕНЬ» В ПЕРМИ!	стр. 1-2
ТЕКСТОВАЯ МАСТЕРСКАЯ ПРОФСОЮЗНОЕ ОБУЧЕНИЕ: НОВЫЕ ВЫЗОВЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ	стр. 3
ЯРКИЕ СОБЫТИЯ III ПОЛУГОДИЯ 2023 ГОДА	стр. 4-5
ИДЕАЛЬНОЕ МЕСТО ДЛЯ ТРЕНИРОВОК	стр. 6
ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ: НЮАНСЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ	стр. 7
БЕЗОПАСНОСТЬ СОЗДАЮТ НЕ ИНСТРУКЦИИ, А ЛЮДИ	стр. 7
МОЙ ЗАВОД – МОЯ ЖИЗНЬ!	стр. 8



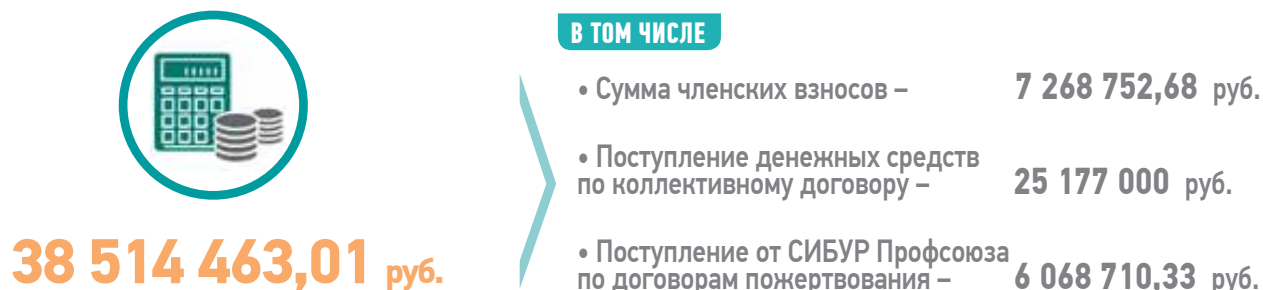
» Окончание на стр. 2

ФИНАНСОВЫЙ ОТЧЁТ ПРОФСОЮЗНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ «СИБУР-ХИМПРОМ» за 9 месяцев 2023 года

КОЛИЧЕСТВО ЧЛЕНОВ ПРОФСОЮЗА АО «СИБУР-ХИМПРОМ»



ПОСТУПЛЕНИЕ ДЕНЕЖНЫХ СРЕДСТВ



РАСХОДЫ НА ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И КУЛЬТУРНО-МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ



СУММА ВЫПЛАТ ЧЛЕНАМ ПРОФСОЮЗА



В том числе, по видам материальной помощи:

лечение	423 591,00 руб. (109 чел.)
бракосочетание	92 000,00 руб. (23 чел.)
рождение ребёнка	128 000,00 руб. (29 чел.)
многодетным семьям	24 000,00 руб. (6 чел.)
с выходом на пенсию	20 000,00 руб. (5 чел.)
со смертью близких родственников	36 000,00 руб. (9 чел.)
единственный родитель	8 000,00 (2 чел.)
ребёнок-инвалид	4 000,00 (1 чел.)
поощрение из членских взносов	371 000,00 руб. (76 чел.)

НОВАЯ ТРАДИЦИЯ: «КАМСКАЯ ОСЕНЬ» В ПЕРМИ!

» Окончание. Начало на стр. 1

Этот день запомнился участникам как прохождением множества спортивных испытаний, так и участием в разнообразных интеллектуальных и творческих конкурсах, мастер-классах.

На площадке работала мастерская ресайклинга: каждый желающий смог покрутить велосипед, измельчить пластиковые крышки, и сделать из переработанного сырья брелоки с логотипом компании для себя и своих близких.

Ну а для самых маленьких участников была подготовлена специальная детская игровая зона, где сибурята вдоволь наигрались в увлекательные игры с весёлыми аниматорами, «поплавали» в бассейне с шариками, а также приняли участие в конкурсе на самый яркий и забавный аквагрим. Скучно не было никому!

С открытием долгожданных семейных соревнований участников поздравили Вячеслав Харитонов, директор функции «Корпоративная культура и социальное развитие», председатель СИБУР Профсоюза и генеральный директор «Сибур-Химпром» Максим Ленков, а также директор по ОТ и ПБ «Сибур-Химпром» Андрей Корнеев.

«Очень приятно, что сегодня вы здесь собрались вместе со своими семьями. Мы много работаем, но понимаем, как важно уделять время своей семье. Цените этот момент, получайте удовольствие. Сегодня не будет проигравших, сегодня будут только выигравшие! Пусть этот день наполняют добрые эмоции и приятные знакомства. Вы вместе, вы с семьёй, берегите и любите друг друга!» – пожелал коллегам Максим Николаевич.



ВЯЧЕСЛАВ ХАРИТОНОВ,
председатель СИБУР Профсоюза

– Дорогие друзья – сибурята и их родители! Сегодня историческое событие – впервые в Перми проводится «Камская осень» – корпоративная осенняя спартакиада, которая перешла к вам из тольяттинской «Волжской осени». По традиции, мы одновременно организуем и семейную спартакиаду для работников предприятия в городе проведения соревнований.

Сегодня вы покажете свои ловкость, силу, знания и умения в различных состязаниях и конкурсах.

Желаю всем отличного дня, заряда бодрости и ярких эмоций. Обещаю, что через несколько часов вы станете ещё здоровее, сильнее и дружнее!



Перейдём к объявлению победителей соревнований, которые прошли в трёх возрастных категориях.

Семьи с детьми от 6 до 8 лет:

- I место – семья Дамира Мустакимова
- II место – семья Николая Вшивкова
- III место – семья Данила Аристов

«Классно всегда проводить время на таких праздниках. Действительно интересно и весело. Понравилось, что были как спортивные, так и творческие задания. Отдельно отметим обед – это очень важно для детей! Мы шли с настроением очень клёво провести время и это нам удалось сделать!» – поделился впечатлениями Дамир Мустакимов.

Семьи с детьми от 9 до 11 лет:

- I место – семья Виктора Полиехова
- II место – семья Сергея Мальцева
- III место – семья Михаила Лопатина

«Я полностью согласен с тем, что СИБУР – это территория здорового образа жизни. Наша семья постоянно участвует в разного рода мероприятиях, которые организует компания:

«Стальной характер», «Полумарафон» и, конечно, «Папа, мама, я – спортивная семья!». Супруга с сыном поддерживают мои спортивные стремления и всегда составляют компанию!» – рассказал Виктор Полиехов.

Семьи с детьми от 12 до 14 лет:

- I место – семья Александра Харцызова
- II место – семья Александра Налимова
- III место – семья Александра Торсунова

Семье Харцызовых помогли победить поддержка друг друга, опыт участия в подобных соревнованиях, вера в своих близких.

Также были выбраны победители в специальных номинациях:

«Умный результат» – команда Анастасии Голубовских.

«Безопасность без компромиссов» – команда Сергея Шишигина.

Сибуровские семьи показали сплочённость, стремление к победе, родители и дети были одной командой, которая поддерживает и вдохновляет друг друга, а капитанами команд и героями праздника были дети.



Самым волнительным стал второй день спартакиады, когда проходили финальные игры между командами. Наши спортсмены играли до последних сил, а болельщики кричали до хрипоты. И это стоило того!

Отличилась баскетбольная команда, которая благодаря впечатляющей игре заняла III место среди команд предприятий ПАО «СИБУР Холдинг».

Отдельно был награждён капитан команды Антон Щербинин в номинации «Лучший нападающий».

«Наша команда показала лучший

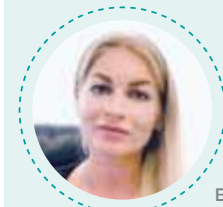
результат за последние 10 лет. Настрой был соответствующий, отдали всё, что смогли, результатом довольны! В следующем году настроены взять первое место», – поделился Антон.

Хоккейной команде удалось занять четвёртое место. Матчи были зрелищными и волнительными.

Среди хоккеистов в номинации «Лучший нападающий» был отмечен Борис Кетов, который забросил больше всего шайб.

Впервые в этом году состоялись соревнования по плаванию, где наши спортсмены не остались незамеченными. Так, команда по плаванию подарила нам отличный результат- пятое место.

Наши шахматисты, показав себя в этой нелёгкой и поистине гениальной игре, заняли 12-е место.



НАДЕЖДА БЕЛОНОГОВА,
председатель профсоюза
«Сибур-Химпром»

– Хочу выразить огромную благодарность всем сотрудникам, которые приняли активное участие в организации и проведении корпоративных соревнований «Камская осень». Это было поистине сложное и масштабное мероприятие, которое стало важным событием для нашей компании. Мы будем продолжать развивать и совершенствовать наши корпоративные мероприятия, чтобы они продолжали способствовать укреплению команды и достижению общих целей.

Огромное спасибо спортсменам! Ваша сила духа и смелость во время игр были вдохновляющими и заставляли нас переживать незабываемые эмоции. Вы доказали, что спорт объединяет и помогает нам достичь невероятных результатов.

Много сил было вложено в подготовку соревнований и невероятный объём работы проделан. И всё это было не зря – мы получили право в дальнейшем проводить «Камскую осень» в Перми.

Пермь стала столицей осенних корпоративных соревнований ПАО «СИБУР Холдинг». До встречи в следующем году!



В ЭТОМ ГОДУ НАШ ГОРОД БЫЛ ТАКЖЕ ВЫБРАН И МЕСТОМ ПРОВЕДЕНИЯ РАЗВИВАЮЩЕЙ СЕССИИ ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ИНФОРМАЦИОННОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ И ПРЕДСЕДАТЕЛЕЙ СО ВСЕХ ГОРОДОВ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА СИБУРА.

Первые два дня обучения проходили в формате лекций и практик, касающихся написания текстов. Автором и спикером курса «Подготовка текстов для продвижения имиджа СИБУР Профсоюза в социальных сетях» была **Майя Богданова**, опытный контент-технолог, которая поделилась своим опытом и знаниями с участниками.

В рамках сессии изучались различные стили и структуры текстов, а также обсуждались классические ошибки и лайфхаки для создания более привлекательных и интересных материалов.

«В выходные на пермской земле мы

ТЕКСТОВАЯ МАСТЕРСКАЯ



встречали спортсменов, а сегодня объединили все профсоюзы Холдинга», – так **Надежда Белоногова** поприветствовала гостей на нашем мероприятии.

Последний день сессии коллеги провели на предприятии «Сибур-Химпром». Для них организовали экскурсию: показали административно-

бытовой корпус, уголки здоровья и тренажёрный зал. В новом и необычном формате устроили просмотр всей территории предприятия: автобус, на соседнем сиденьи коллега и заводская симфония



в наушниках... Чем не поездка мечты?

Также гости приняли участие в настольной викторине «Вступай в профсоюз». Победителем игры стала **Вера Мишина**, председатель профсоюза КЗСК!

Как поделились позже сами гости, больше всего их впечатлили экскурсии, особенно на автобусе под музыку, спортзал, новые корпуса, необычные названия улиц на заводе, и, разумеется, новая профсоюзная игра-викторина!

Завершилась сессия подведением итогов обучения председателем СИБУР Профсоюза **Вячеславом Харитоновым**. Были намечены и новые цели на развитие информационной и спортивной сфер работы специалистов профсоюзов.



ПРОФСОЮЗНОЕ ОБУЧЕНИЕ: НОВЫЕ ВЫЗОВЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ

В НАЧАЛЕ СЕНТЯБРЯ ПРОШЁЛ ДВУХДНЕВНЫЙ ПРАКТИКУМ НЕФТЕГАЗСТРОЙПРОФСОЮЗА РОССИИ «ВОПРОСЫ ПРОФСОЮЗНОЙ РАБОТЫ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ». ЭТО УЖЕ ТРЕТИЙ ЭТАП МАСШТАБНОГО ПРОФСОЮЗНОГО ОБУЧЕНИЯ. ПРЕДЫДУЩИЕ МЕРОПРИЯТИЯ ПРОХОДИЛИ В СТАВРОПОЛЕ И КАЗАНИ, А В ЭТОТ РАЗ ВЫБОР ПАЛ НА ЛЮБИМУЮ ПЕРМЬ!

Открывая деловую программу практикума, заместитель Председателя Нефтегазстройпрофсоюза России **Надежда Звягинцева** отметила достойную работу профсоюзных организаций Перми и Пермского края, их вклад в выстраивание партнёрских отношений между работниками и работодателями, привлечение молодежи к профсоюзной деятельности за счёт разнообразных активностей.

Торжественной частью программы стало награждение самых ярких и достойных профсоюзных лидеров. В их число вошла председатель профсоюза «Сибур-Химпром» **Надежда Белоногова**. С особой гордостью сообщаем, что Надежда Викторовна удостоена Почётной грамоты Президиума Профсоюза за активное участие в деятельности Профсоюза и



в связи с Днём работников нефтяной и газовой промышленности.

От всей души поздравляем Надежду Викторовну с достойной и заслуженной наградой, желаем не останавливаться на достигнутом и продолжать развивать социальное партнёрство с предприятием и профсоюзное движение СИБУРА.

Также в первый день профсоюзного обучения участники практикума послушали лекции о деятельности НГСП, информационном пространстве ППО и о том, как мотивировать сотрудников вступать в профсоюзную организацию.

Во второй день обучения сотрудники посещали разные площадки, соответствующие их специализации:

«Организация деятельности профсоюзного комитета», «Охрана труда» и «Будущее Профсоюза».



За эти два дня штатные работники профсоюза «Сибур-Химпром» приобрели новые навыки и знания, которые смогут применять в повседневной работе и профсоюзной деятельности.

«Поскольку работе в профсоюзе не учат в университетах, то все мы получаем знания и опыт у тех людей, которые нам их передают», – отметила Надежда Звягинцева.

Участие в практикуме НГСП является важным фактором для развития профсоюза и повышения качества трудовых отношений на заводе. Мы уверены, что полученные знания и навыки помогут нашим сотрудникам эффективнее решать возникающие вопросы и проблемы, а также поспособствуют созданию более благоприятной рабочей среды.

ЯРКИЕ СОБЫТИЯ ТРЕТЬЕГО КВАРТАЛА 2023 года



Ребята приняли участие в интеллектуальной игре #СИБУРЗНАЙКА, в рамках которой им удалось проверить перед началом учёбы навыки чтения, знания пословиц, а также песен. Сибурята поучаствовали в мастер-классе по росписи футболок. С пустыми руками не ушёл никто! Традиционно наши сибурята стали обладателями стильных и практичных ранцев! Кроме того, каждый ребёнок нарисовал эксклюзивную футболку по собственному дизайну. В перерыве между турами игры и мастер-классами дети получили вкусный перекус.

«В этом году 63 ребенка идут в первый класс. Пусть сегодняшний день отложится в памяти на долгие годы, потому что самое ценное и приятное, что у нас есть – это школьная пора. Друзья, в добрый путь!» – с такими словами обратилась к гостям председатель профсоюза Белоногова Надежда



▼ ДЕНЬ ПЕРВОКЛАССНИКА



▼ СПОРТИВНЫЕ ВЫХОДНЫЕ

Любовь сибуровцев к бегу ни для кого не секрет, а спортивные выходные уже успели стать образом жизни. В рамках XXIII заводской спартакиады прошёл легкоатлетический кросс «Вперёд к здоровью». Участники кросса вместе с семьями встретились на лыжной базе «Прикамье» и с пользой для здоровья провели выходной день – пробежали дистанции и зарядились позитивом и энергией!



Награды получили лучшие по возрастным категориям среди мужчин и женщин. Лучший технический результат среди мужчин показал Данила Якимов: он пробежал 1 км за 2 минуты 51 секунду. Среди женщин лучшее техническое время у Ксении Бариновой. Она преодолела дистанцию 500 м за 1 мин. 31 сек. В номинации «Спортивная династия» были отмечены семьи:

1. Баринова Юлия (ПЭИП)
2. Вяткина Сергея (СУН)
3. Смирнова Александра (РП)
4. Вахнина Андрея (ПБС)
5. Харцызова Александра (СУОФ)

▼ WELCOME-ТРЕНИНГ ИЛИ «ВСТУПАЙТЕ В ПРОФСОЮЗ!»

В сентябре на предприятии прошёл welcome-тренинг- вводный курс для новых сотрудников. О социальных проектах, возможностях, льготах и деталях работы профсоюза на встрече рассказала Надежда Белоногова, председатель профсоюзной организации «Сибур-Химпром». По окончании выступления Надежда Викторовна ответила на заданные вопросы и обратилась к участникам: «Кто готов уже сейчас стать членом профсоюза?». В ответ 5 человек в зале подняли руки!



▼ ЛЮДИ С БОЛЬШИМ СЕРДЦЕМ

9 августа 71 сотрудник АО «Сибур-Химпром» принял участие в ставшем уже традиционным Дне донора и сдал кровь для больных, находящихся в тяжёлом состоянии. Надежду на выздоровление получили 213 человек. Сибуровцев не зря называют «людьми с большим сердцем». Среди наших коллег есть и постоянные доноры. Неравнодушие сотрудников к чужой беде, их желание помочь даже незнакомым людям вызывают уважение и заслуживают благодарности. Все доноры получили пряники в виде сердца с символической надписью: «Спасибо».



▼ НЕПРОИЗНОСИМЫЕ UA₃O₂

25 июля состоялся финальный тур корпоративной игры «Знаток СИБУРа» среди предприятий ПАО «СИБУР Холдинг». Представителями АО «Сибур-Химпром» выступила команда UA₃O₂, которой удалось пройти в финал и занять III место среди 19 команд! Это было динамично, мегаинтеллектуально и очень не просто. Напомним вам состав команды UA₃O₂ (попробуйте произнести):

- Матвеева Ольга, ведущий специалист АПРИДО — капитан команды
- Арасланова Юлия, эксперт, отдел проектирования
- Одинцова Анна, стажёр специалиста управления персоналом
- Демидова Анна, специалист, АПРИДО
- Шехерева Ольга, стажёр специалиста управления персоналом
- Головырина Анастасия, бизнес-партнёр, обеспечение бизнеса



▼ ЗАРЯД БОДРОСТИ

Наши ветераны не сидят на месте, и не перестают удивлять нас новостями о своих активностях! В августе 48 ветеранов побывали на экскурсии в г. Чусовой. «Спасибо огромное предприятию, экскурсоводам и организаторам. Ветераны получили хороший заряд бодрости и удовольствия!» – выразила благодарность председатель Совета ветеранов «Сибур-Химпром» Нина Яковлевна Солоха.

▼ 13-Е ЗАСЕДАНИЕ ПРЕЗИДИУМА НГСР

В начале сентября в Перми состоялось заседание Президиума Нефтегазстройпрофсоюза, в котором приняли участие Вячеслав Харитонов, председатель СИБУР Профсоюза, и Надежда Белоногова, председатель профсоюза «Сибур-Химпром». Президиумом было принято решение о созыве 16 ноября 2023 года VII Пленума Российского Совета профсоюза и обсуждены вопросы текущего состояния социального партнерства на отраслевом уровне и его дальнейшем развитии.



▼ ВETERАНЫ НА СПОРТЕ



В конце августа на стадионе «Гайва» прошла «Спартакиада пенсионеров города Перми», участниками которой стали 9 районных Советов ветеранов. Сборная команда Индустриального района состояла из спортсменов Совета ветеранов СИБУРа, УралХима, Гознака, Лукойла. Команда заняла III место! Достижения в индивидуальном зачёте: Сергей Геннадьевич Булычёв – I место дартс; Надежда Сергеевна Брагина, Нина Ивановна Овчинникова – II место ГТО в разных возрастных категориях; шахматы – III место. Для победы участникам было необходимо успешно пройти следующие испытания: выполнение нормативов ГТО, дартс, лёгкая атлетика, настольный теннис, шахматы. *Поздравляем с впечатляющими и достойными результатами! Желаем спортсменам дальнейших успехов и ориентиров на новые рекорды, мы гордимся вами!*

▼ ПУТЕШЕСТВИЯ, КОТОРЫЕ НЕ ЗАБЫВАЮТСЯ



19 августа состоялась Семейная прогулка на теплоходе, организованная профсоюзом предприятия. Для катания были арендованы 5 теплоходов, общее количество участников мероприятия составило 561 человек.

Прогулка по Каме проходила под «живое» исполнение самых популярных мировых хитов на саксофоне. Для сотрудников Сибур-Химпрома была организована и экскурсионная часть «Пермь 300» – увлекательный рассказ о знаковых местах, ключевых событиях, выдающихся людях Прикамья, а также о достопримечательностях нашего города. Выяснить, насколько хорошо сибуровцы знакомы с историей развития камского речного судоходства, удалось во время игры в квиз. Кстати говоря, азартная интеллектуальная игра ещё больше подняла настроение путешественникам.

Сибурята тоже не скучили: для них аниматоры подготовили озорную развлекательную программу, а ещё можно было разукраситься с помощью аквагримма. Ну и, конечно же, не обошлось без дискотеки. Сотрудники возвращались в порт счастливыми людьми: насмеялись, нашутились, повеселились, потанцевали, нафотографировались! Это путешествие по реке не оставило равнодушным никого!



▼ ПОКОРЯЕМ РОДНОЙ ГОРОД

В сентябре сотрудники «Сибур-Химпром» и их семьи приняли участие в Пермском марафоне. Дистанции, которые преодолели сибуровцы, составляли 1, 3, 5, 10, 21 и 42 километра. Отметим, что в этом году организаторы мероприятия пейсмейкером (бегун, задающий темп другим спортсменам) на дистанцию 21 км снова пригласили нашего амбассадора по бегу Дениса Пищальникова.



▲ КТО РАНО ВСТАЁТ, ТОТ ВСЕ ГРИБЫ СОБЕРЁТ

Сентябрьским субботним утром сибуровцы с энтузиазмом отправились в лес в Ильинском районе, вооружившись корзинами и ножами, готовые собирать самые вкусные грибы.

Всё сложилось особенно удачно: комфортная погода, хорошо выбранное место сбора грибов, весёлые разговоры и, конечно, прекрасная компания!

«Замечательно провели время. Дышали свежим воздухом – до сих пор щёки горят, прогулялись по красивому осеннему лесу. А самое главное – искали и собирали грибы. Я вернулась домой с двумя ведрами с горкой!» – поделилась впечатлениями Анастасия Путилова, техник по учёту (СУОФ).

Выезд за грибами стал отличной возможностью отдохнуть и перезагрузиться для сотрудников.

В ИЮЛЕ ИСПОЛНИЛСЯ РОВНО ГОД С ОТКРЫТИЯ СПОРТИВНОГО ЗАЛА СИБУР-ХИМПРОМ. МЫ ВСТРЕТИЛИСЬ С НАШИМ ТРЕНЕРОМ АЛЕКСЕЕМ ЮЖАКОВЫМ, ЧТОБЫ ПОГОВОРИТЬ О ТОМ, НАСКОЛЬКО ПОПУЛЯРНЫМ СРЕДИ СОТРУДНИКОВ ЗАВОДА СТАЛО СПОРТИВНОЕ ПРОСТРАНСТВО.

– Алексей, тренажёрному залу этим летом исполнился год. Что Вы можете сказать о динамике посещений за всё это время?

Тренажёрный зал посещают всё больше работников предприятия, в том числе, стажёров. Отмечу, что и новые сотрудники стали чаще появляться в зале: вовлекаются в спортивную жизнь, что очень приветствуется.

Наличие собственного спортзала говорит о том, что предприятие престижное, а это важно. У людей появилась возможность регулярно и с комфортом заниматься спортом.

Если говорить о динамике, то нужно учитывать, что этим летом совпали два фактора: остановочный ремонт и отпуска. По итогу из-за загруженности и отпусков посещений стало меньше, динамика стала ниже. Зимой же, наоборот, в час пик (18.00-20.00) зал заполнен полностью. На персональные тренировки в зимнее время приходило по 6-8 человек одновременно, плюс ещё 30 человек в зале самостоятельно занимаются – это достаточно большая цифра для площади этого зала.

Сейчас я уверен, что динамика будет также расти, около 30 человек мы вскоре точно будем видеть в тренажёрном зале.

– А почему самый активный сезон посещения зала - это зима?

Психология такая. Зима символизирует время на подготовку к лету. Это такое межсезонье получается. В жизни профессиональных спортсменов так же – зима является пиком подготовки к соревнованиям, в остальные сезоны темп другой.

– Как обстоит ситуация с постоянными посетителями тренажёрного зала?

Сначала люди приходили из любопытства, просто посмотреть зал, немного занимались и уходили. Потом уже образовались постоянные посетители, среди них и те, с кем занимаюсь индивидуально я. Дальше сработало «сарафанное радио» – людей стало приходиться всё больше и больше.

Отдельно отмечу, что в зале занимаются разные категории людей по возрасту и степени подготовки. Есть и бывшие спортсмены, из числа которых сейчас формируется команда ГТО. Они будут

ИДЕАЛЬНОЕ МЕСТО ДЛЯ ТРЕНИРОВОК

ГЕРОИ ЗОЖ



РАСПИСАНИЕ РАБОТЫ ТРЕНАЖЁРНОГО ЗАЛА:

Место: фитнес-зал АБК 7, 3 этаж
Время: 7.00 – 9.00, 17.00 – 22.00 (пн.-чт.)
7.00 – 9.00, 16.30 – 21.30 (пт.)
в 7.45 зарядка в будние дни

ТРЕНЕР: Алексей Южаков,
тел. 8(922) 351-70-74

участвовать в предстоящей спартакиаде, защищая честь «Сибур-Химпром». Подготовка спортсменов вот-вот начнётся.

– Какие показатели посещений именно у Ваших подопечных?

Есть те, кто занимаются со мной с первого дня. В среднем (зимой и весной) от 5 до 8 человек в день на индивидуальные занятия ко мне приходят.

– С какими запросами к Вам приходят люди?

Прежде всего, приходят с запросом улучшить свою физическую форму – это 90%. Из них можно разделить людей на ещё две категории: те, кто хочет набрать массу (40%) и те, кто хочет похудеть (50%). Что касается похудения, я считаю, что это часть ЛФК, поскольку лишний вес увеличивает риски для здоровья, ухудшает качество жизни.

Из частых запросов ещё могу отметить укрепление спины и восстановление осанки, поскольку многие сотрудники целый день, а то и сутки сидят за компьютером. Также есть те, кто идёт в зал в целях реабилитации после травм, но процент таких посетителей небольшой.

– Работа фокусируется по двум направлениям: физические нагрузки и питание?

Моя задача как тренера и инструктора тренажёрного зала, прежде всего, заключается в том, чтобы ознакомить с общими правилами поведения, научить посетителей пользоваться тем или иным тренажёром. Я показываю правильную технику выполнения различных упражнений во избежание травм. Индивидуально подбираю упражнения, и прописываю программу, исходя из целей и потребностей подопечного, учитывая медицинские противопоказания, если такие у него имеются. Также даю

рекомендации и по питанию.

– Как осуществляется моральная тренерская поддержка?

Я постоянно мотивирую людей: что-то показываю на собственном примере, иногда видео включаю спортивные. Ребята зачастую приходят в зал, прежде всего, разрядиться. Работа тяжёлая. Я вижу, какими они приходят и уходят. И если человек пришёл, зевая, настолько он вымотался, то если бы ему пришлось ехать в фитнес-зал в городе, никаких сил бы у него на это не осталось. А уходит с тренировки человек гораздо бодрее. Спорт насыщает энергией, позволяет подзарядиться. Также важным во время тренировок считаю проявлять чувство юмора.

– Как вы думаете, почему люди из всех залов города выбирают именно наш?

Начну с того, что в жизни всё взаимосвязанно: если человек ничего не успевает ни по работе, ни по личным делам, а если плюсом ещё есть увлечение личным развитием, но и на это не хватает времени, то какое тут качество жизни? В этом плане очень хорошо, что на предприятии есть тренажёрный зал. Сотрудники не тратят время на выбор спортивного зала и дорогу до него. Более того, в заводском зале всё включено (бесплатно).

Также важна и смена обстановки, то есть зал дизайнерам удалось сделать в таком стиле, что сотруднику удаётся отвлечься от работы, переключиться, сменить обстановку.

– Каким образом регулярная работа над собой в тренажёрном зале меняет жизнь людей?



« ДИАНА МАНСУРОВА,
главный эксперт, цифровая
офис:»

– Для меня занятия в спортзале являются не только способом улучшить свою физическую форму, но и отличной возможностью разгрузиться после рабочего дня.

Я являюсь постоянным посетителем спортзала с его открытия. Раньше я часто посещала другие спортзалы в городе, однако теперь я нашла идеальное место для тренировок – спортзал нашего предприятия.

Главное преимущество состоит в экономии времени и денег, которые раньше уходили на дорогу и оплату абонементов. Сейчас для этого требуется всего лишь не забыть с утра взять с собой форму и боевой настрой.

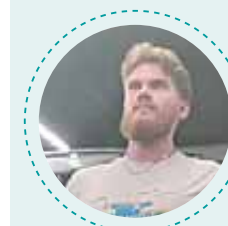
Благодаря удобному расписанию я могу тренироваться как утром, так и вечером, выбирая то время, которое мне больше всего подходит. Также здесь мне доступны занятия с тренером, что является ещё одним плюсом.

Алексей поможет во всем: составит индивидуальную программу тренировок, учитывая цели и физическую подготовку, подскажет технику, проконсультирует по питанию и станет очень хорошим другом.

В спортзале созданы все условия для продуктивных тренировок. Всё, что требуется от меня – это мое собственное желание развиваться и достигать поставленных физических и эстетических целей.

Цели у всех разные, как и потребности. Например, человек идёт в зал с целью сбросить вес и когда ему это удаётся сделать, то он перестаёт комплексовать по поводу своих пропорций, за счёт чего тоже становится увереннее и привлекательнее соответственно.

Другой пример, когда люди становятся увереннее в себе, увеличив мышечную массу. А ведь за счёт этого и на работе успехи появляются, и на личном фронте всё налаживается. И таких примеров очень много – спорт действительно к лучшему меняет жизни людей.



« ВЯЧЕСЛАВ БАЗАНОВ,
главный эксперт, отдел СУТП цифровой
офис:»

– Я занимаюсь в зале уже год под руководством Алексея. За это время виден прогресс от постоянных тренировок и в силовых показателях, и в росте мышечной массы. И всё это благодаря тому, что с самой первой тренировки мы обсудили с Алексеем цели, составили план тренировок, и дальше тренер помогал этому плану следовать. Плюс дал полезные советы по питанию.

Хочу отметить, что и сам зал преобразился за это время – добавились новые тренажёры, появились групповые занятия. Радует, что после насыщенного трудового дня есть возможность сменить умственную работу на физическую!



ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ: НЮАНСЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ

В КОНЦЕ СЕНТЯБРЯ ТЕХНИЧЕСКИЙ ИНСПЕКТОР ТРУДА ПРОФСОЮЗА «СИБУР-ХИМПРОМ» КОНСТАНТИН МИХАЙЛОВ ПРОШЁЛ ОБУЧЕНИЕ НА СЕМИНАРЕ НГСП В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ. ТЕМА ОБУЧЕНИЯ – «СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ И РАЗВИТИЯ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ».

Технические инспекторы прошли тренинг по оказанию первой помощи под руководством специалистов учебного центра медицины чрезвычайных ситуаций и безопасности жизнедеятельности, изучили правила техники безопасности при нахождении на морских судах, навыки выживания в море в случае аварийной ситуации и спасения экипажа с платформы на воде.

Мы поговорили с Константином Александровичем о том, как проходило обучение и что особенного он отметил для себя.

– Константин Александрович, почему это обучение является важным и с какими новыми знаниями вы вернулись?

Данное обучение было запланировано согласно учебному плану НГСП РФ, оно проходит каждый год. Председатель Профсоюза Александр Корчагин проинформировал участников о текущей

деятельности Нефтегазстройпрофсоюза России на современном этапе и стоящих перед ним задачах, а Константин Симонов, генеральный директор «Фонда национальной энергетической безопасности» (ФНЭБ), представил слушателям свой доклад «О текущей экономической ситуации в нефтегазовом комплексе».

Больше всего понравилось обучение, которое было организовано для оказания первой помощи пострадавшим. Несмотря на то, что за этот год это моё третье обучение, я узнал много нового и был весьма удивлён.

– Что именно вас так удивило?

Иногда мы даже не знаем, какую форму правовой ответственности несём при оказании первой помощи: в каких случаях ты обязан оказать её, а в каких нет. При этом в обеих ситуациях могут возникнуть форс-мажорные обстоятельства, за которые могут привлечь даже к уголовной ответственности. Прослушать данные теоретические моменты оказалось очень полезным для меня.

– Чему Вас учили во время практических занятий?

В рамках обучения были теория и практические занятия. На практике мы отработывали правильное применение жгута, бинтование при ожогах

конечностей и кровоизлиянии ран. Но главное это итоговое тестирование, которое проходили все инспектора по результатам обучения.

Мне особенно понравилось, когда отрабатывались реальные и неожиданные события.

Например, ситуация, когда ты видишь, что на лестничной клетке лежит человек весь в крови (конечно, муляж) и тебе необходимо оказать первую помощь. Какими будут твои действия? Во-первых, нужно обязательно оценить окружающую обстановку: есть ли возможность оказать помощь или нет. Дальше оказывать помощь пострадавшему и сообщить в экстренную службу. Обсудили, какую именно информацию необходимо передать для оперативного решения. Эта практика оказалась невероятно полезной.

– Как Вы планируете применять полученные знания на родном предприятии?

В первую очередь, поделюсь знаниями - ознакомлю уполномоченных по охране труда, чтобы они могли дальше поделиться этой информацией в коллективах. Объясню коллегам, что очень важно, прежде всего, оценить свои риски, а потом уже оказывать первую помощь и предпринимать дальнейшие шаги, как это правильно сделать. Ситуации в жизни бывают



разные, и мы с вами работаем на опасном производственном объекте, поэтому такие правила нужно знать каждому.

Планирую организовать до конца года встречу с уполномоченным, расскажу о полученных навыках, чтобы они знали, как правильно оказывать первую помощь и так же передавали это в коллективы.

– Что посоветуете почитать и посмотреть по этой теме?

Я бы посоветовал «Санкт-Петербургский учебный центр медицины чрезвычайных ситуаций и безопасности жизнедеятельности». У них на сайте и на странице ВКонтакте очень много материалов, которые можно и стоит посмотреть.

Разумеется, чем-то и я сам могу помочь, поэтому обращайтесь!

ГЕРОЙ ОСЕННЕГО ВЫПУСКА – АЛЕКСАНДР ЗЕЛЕНКИН, МАШИНИСТ КОМПРЕССОРНЫХ УСТАНОВОК ПРОИЗВОДСТВА БУТИЛОВЫХ СПИРТОВ АО «СИБУР-ХИМПРОМ», УПОЛНОМОЧЕННЫЙ ПО ОХРАНЕ ТРУДА (УОТ).

На предприятие Александр пришёл сразу после окончания университета в 2013 году. Тема охраны труда и промышленной безопасности (ОТиПБ) всегда была важна для Александра Андреевича. Так, во время строительства установки ДОТФ он взял на себя ответственность и стал комиссаром по ОТ.

«В мои задачи как комиссара входило выявление нарушений техники безопасности работниками подрядных организаций. Заметив несоблюдение правил, я останавливал работы и проводил беседу по устранению замечания. Когда обращаешь внимание людей на нарушение и объясняешь риски, они реагируют правильно и продолжают работу уже безопасно. Возможно, тем самым я спасаю-то жизнь».

После завершения стройки я решил развиваться в теме ОТиПБ и в 2019 году был выбран уполномоченным по охране труда. Считаю, что функция уполномоченного очень важна для предприятия, поэтому отношусь к этой деятельности со всей серьёзностью и ответственностью. Основная работа УОТ заключается в проверке соблюдения требований охраны труда в подразделениях и на рабочих местах, соблюдений ключевых правил безопасности. Также уполномоченный выполняет роль посредника между работниками и руководством, помогая решать вопросы и осуществлять обратную связь, проводит мониторинг состояния рабочих мест, бытовых помещений,

БЕЗОПАСНОСТЬ СОЗДАЮТ НЕ ИНСТРУКЦИИ, А ЛЮДИ



обеспеченности СИЗ, организации питания и перевозки работников», – рассказывает наш герой.

Быть уполномоченным – задача не из простых. Ведь необходимо уметь найти подход к людям, донести до них важность соблюдения правил безопасности, объяснить все риски и вовлечь в процесс формирования культуры безопасного поведения.

По мнению Александра Зеленина, главными качествами уполномоченного должны быть ответственность, честность и равнодушие. Нельзя быть равнодушным, когда дело касается здоровья и жизни человека. Александр Андреевич считает, что не только на работе, но и в быту необходимо просчитывать риски для жизни и здоровья, прежде чем начать что-то делать. Он поделился случаем из своей практики:

– Отдыхая на дачном участке, я заметил,

как сосед пытается отпилить металлический уголок при помощи угловой шлифовальной машины. При этом он не использовал СИЗ. Я окликнул его и спросил, почему он не надевает перчатки и защитные очки, рассказал, что может произойти, если не применять СИЗ. Сосед, выслушав меня, сделал выводы и отправился за перчатками и средствами защиты для глаз. Так благодаря моей бдительности он не получил возможную микротравму. Если люди будут более внимательны к себе и окружающим, то несчастных случаев будет намного меньше.

Поэтому я считаю, что миссия УОТ заключается в сохранении жизни и здоровья человека, а также вовлечение коллег в управление системой ОТ на предприятии.

Чтобы развиваться в области ОТиПБ, Александр Зеленин неоднократно

«Я считаю, что с каждым годом коллеги более внимательно относятся к безопасности на производстве. Безопасность без компромиссов – это базовая ценность и ключевой приоритет компании СИБУР. Это наша жизнь и наше здоровье», – заключает Александр Зеленин.



проходил обучения по охране труда, вебинары на тему требований безопасности при выполнении работ повышенной опасности, был на развивающих сессиях для УОТ. Совместно с отделом охраны труда он участвует в линейных обходах подразделений и поведенческих аудитах безопасности, проводит с коллегами СТОП-часы для работников подрядных организаций.

Своей активной работой, неравнодушным отношением к безопасности людей и производства, отзывчивостью и желанием помочь в том или ином вопросе Александр завоевал доверие коллег и уважение руководства. Во II и IV кварталах 2022 г. в конкурсе «Лучший уполномоченный по охране труда» он занимал призовые места, а смена, в которой трудится наш герой, дважды становилась победителем в Чемпионате по безопасности: в I и III кварталах 2022 года.

МОЙ ЗАВОД – МОЯ ЖИЗНЬ!

ИСТОРИИ ИХ ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ – ЭТО СУДЬБА САМОГО ЗАВОДА, ЕГО РАЗВИТИЯ, ТРАДИЦИЙ.

В III КВАРТАЛЕ 2023 ГОДА ЮБИЛЕЙ СВОЕЙ ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ПРЕДПРИЯТИИ ОТМЕТИЛИ АЛЕКСЕЙ ЖУКОВ, АЛЕКСАНДР УЛЬЯНОВ, АНДРЕЙ КАМАЕВ, ВЛАДИМИР РАСОВ, ТАТЬЯНА ОСИПЕНКО, МАКСИМ КРОТОВ, НАТАЛЬЯ НЕКРАСОВА.



АЛЕКСЕЙ ЖУКОВ

Алексей Жуков в 2000 году окончил Пермский государственный технический университет по специальности «Автоматизация технологических процессов и производств».

В 2023 году он отметил свой 20-летний юбилей работы на предприятии «Сибур-Химпром». За это время он продвинулся от начальника смены цеха № 44 до старшего менеджера ремонтного производства.

Коллеги высоко оценивают его ответственность, профессионализм, преданность компании и приверженность её ценностям. Алексей Владимирович настоящий профессионал своего дела и пример для молодых специалистов.



ВЛАДИМИР РАСОВ

История Владимира Александровича на «Сибур-Химпроме» началась в 2003 году, когда, имея квалификацию инженера, он устроился аппаратчиком карбонизации в Цех № 40 – пароснабжения и переработки органических и углеводородных продуктов.

За 20 лет на предприятии он успел поработать и инженером смены, и начальником смены, и начальником установки. Единственное – это родное Энергопроизводство, которому Владимир Александрович оставался верен всё это время. Сегодня наш коллега – начальник смены производства (служба первого заместителя генерального директора-главного инженера, Энергопроизводство).



НАТАЛЬЯ НЕКРАСОВА

1 сентября 2003 года Наталья Некрасова начала свою карьеру на предприятии «Сибур-Химпром» в отделе внешнеэкономической деятельности, занимая должность специалиста. Наталья Сергеевна застала многие изменения и трудности в истории завода, но, благодаря профессионализму и таланту, она вместе с коллегами преодолевала все преграды и вместе достигала новых высот в производстве.

Вот уже 20 лет Наталья Сергеевна усердно работает на благо завода и на сегодняшний день занимает должность ведущего специалиста по планированию.



ТАТЬЯНА ОСИПЕНКО

Есть что-то особенное в Энергопроизводстве, раз порой люди связывают с ним практически всю свою трудовую деятельность.

В 18 лет Татьяна Анатольевна устроилась на тогда ещё «Пермнефтеоргсинтез» на должность машиниста компрессорных установок в Цех № 36 (33)-масляных альдегидов и бутиловых спиртов. В коллектив она влилась легко благодаря своему обаянию и доброте. За эти годы поменяла несколько видов деятельности: была и аппаратчиком смешивания жидкости на установке по нейтрализации и очистке промышленных и сточных вод, и машинистом насосных установок на установке оборотного водоснабжения (БОВ 1) – неизменным оставалось только Энергопроизводство.

Сегодня Татьяна Осипенко трудится в должности аппаратчика смешивания 6-го разряда (Служба первого заместителя генерального директора – главного инженера, Энергопроизводство).

В этом году мы поздравили Татьяну Анатольевну с 40-летием трудового пути на заводе!



МАКСИМ КРОТОВ

Максим Владимирович проработал на заводе 20 лет, начинал он с аппаратчика алкилирования в 2003 году, после чего год за годом верно шёл к заслуженной должности, помогая любимому заводу и его сотрудникам расти и совершенствоваться.

Сегодня Максим Кротов – руководитель службы управления основными фондами.

«Люди знают о вашем профессионализме и отдаче своему делу, заводу. На протяжении всего этого времени ваш авторитет только укреплялся благодаря профессиональным достижениям и победам.»

Вы тот самый человек, который в красках помнит этот завод таким, каким он был 20 лет назад. Все изменения, произошедшие с предприятием за это время – и ваша профессиональная заслуга. Здоровья, счастья и ещё плюс 20 лет службы!», – от лица профсоюза «Сибур-Химпром» юбиляра поздравила председатель Надежда Белоногова.



АЛЕКСАНДР УЛЬЯНОВ

Александр Николаевич всю свою трудовую деятельность посвятил работе на СИБУРе. Но самое интересное, что за 20 лет стажа он поменял несколько специальностей и производств!

Сегодня Александр Ульянов является менеджером проекта «Программа стабилизации» Службы первого заместителя генерального директора – главного инженера. Но началась его карьера в 2003 году на должности аппаратчика пиролиза 2-го разряда (Цех № 32). Александр Николаевич прошёл путь от ведущего специалиста до эксперта. Следующим шагом в карьере нашего юбиляра стала работа в области инвестиций. Он перешёл на должность менеджера проекта в Службу управления основными фондами.

И вот уже 20 лет он остаётся верен СИБУРу, находя возможности развиваться внутри предприятия и быть полезным и эффективным.



АНДРЕЙ КАМАЕВ

Андрей Камаев получил образование горного техника-электромеханика в Кизеловском горном техникуме и даже более 7 лет отработал на шахте «Нагорная» горнорабочим.

Но жизнь непредсказуемая штука, и вот в июле 2003 года Андрей Александрович в возрасте 32-х лет оказался на «Сибур-Химпроме». Он устроился электромонтёром по ремонту электрооборудования в Цех № 44.

С тех пор прошло уже 20 лет, а Андрей Александрович остаётся преданным профессии. В 2008 году он получил квалификацию инженера, отучившись по специальности «Электропривод и автоматика промышленных установок и технологических комплексов». Сегодня он – инженер-электрик (служба первого заместителя генерального директора-главного инженера, Энергопроизводство).

Всех юбиляров поздравили в торжественной обстановке председатель профсоюза Надежда Белоногова, генеральный директор предприятия Максим Ленков, главный инженер Юрий Марков, технический инспектор труда Константин Михайлов и, конечно же, их непосредственные руководители и коллеги с производства.

Каждому Надежда Викторовна вручила благодарственное письмо, подписанное генеральным директором, памятный подарок и поблагодарила за верность родному заводу, опыт, мастерство и профессионализм.

«Мы благодарим вас за вклад в развитие предприятия и желаем новых побед в профессиональной сфере!» – подчеркнула председатель профсоюза.

Где узнать о профсоюзе?

Информацию о работе профсоюза, анонсы, новости, фотографии, видео вы можете найти



Официальная группа Вконтакте ППО «СИБУР-Химпром» https://vk.com/profkom_shp



Официальный телеграм-канал Профсоюз «СИБУР-Химпром» https://t.me/ppo_Shp_perm



Официальная страница ППО «СИБУР-Химпром» <https://tu-sibur.ru/news/?ppo=shp>

Также о работе профсоюза вы можете прочитать и услышать

- В газете «Команда СИБУРА»
- На Индор-ТВ
- В корпоративной сети КЛИК
- В мобильном приложении «СИБУР Профсоюз»